

Waraaqda Xaqiiqooyinka Xeerkha Cuntada #31

Waxa loo baa han yahay inaad ka ogaa to Xeerkha

WWW.HEALTHOREGON.ORG
/FOODSAFETY

OAR 333-150-0000,
CUTUBKA 3-501.14

Qaboojinta.

(A) Cuntada khatarta keeni karta ee la kariyay (xakamaynta wakhtiga/heerkulka ee badqabka cuntada dartiis) waa in la qaboojiyaa:

(1) 2 saacadood gudahood ayada oo laga bilaabay 57°C (135°F) lana gaarsiinayo 21°C (70°F);^p iyo

(2) Guud ahaan 6 saacadood laga bilaabo 57°C (135°F) ilaa 5°C (41°F) ama ka yar.^p

(B) Cuntada khatarta keeni karta (xakamaynta wakhtiga/heerkulka badqabka cuntada dartiis) waa in la qaboojiyay 4 saacdood gudahood lana gaarsiyo 5°C (41°F) ama ka yar haddii lagu diyaariiyay waxyaabaha kujira heerkul jawiga markaas jira, sida cuntooyinka dib loo sameeyey iyo tuna-ha qasadeysan.^p

SABABAHA LA XIRIIRA CAAFIMAADKA BULSHADA:

Qaboojinta ammaanka ah waxay u baahan tahay ka saaridda kulaylka cuntada si dhakhso si looga hortago koritaanka nooleyasha cudurka keenaya. Wakhrtig xad-dhaafka ah ee qaboojinta cuntooyinka khatarta keeni karta (xakamaynta wakhtiga/heerkulka badqabka cuntada darteed) waxaa si joogto ah loo ogaaday in ay kamid tahay waxyaabaha ugu hereeyaa ee ka qayboqadanaya cudurka cuntada ka dhasha. Inta lagu jiro qaboojinta tartibta ah, cuntooyinka khatarta keeni kara (xakamaynta wakhtiga/heerkulka badqabka cuntada dartiis) ayaa waxa ku iman kara koritaanka jeermisyada nooleyasha ilma-aragtada ah oo kala duwan. Haddii cuntada aan loo qaboojin si waafaqsan shardigaan sharciga ah, jeermisyada ayaa laga yaabaa in ay ku koraan ayaka oo tiro badan ah si ay u sababaan cudurka cuntada ka dhasha.

Haddii talaabada karinta kahor inta aan la qaboojin ay ku habboon tahay wax dib u wasakhow ahna aysan dhicin, dhammaan nooleyasha marka laga reeqa nooleyasha duleelada sameeya sida Clostridium perfringens ama Bacillus cereus ayaa loo baahan yahay in la dilo ama laga dhigo kuwo aan shaqaynayn. Si kastaba ha ahaatee, marka la eego xaaladaha fayadhowrka ee ka hoosaya caadiga, jeermisyada kale sida Salmonella ama Listeria monocytogenes ayaa dib usoob laaban kara. Sidaa darteed, shuruuddaha qaboojinta waxaa lagu salaynayaa dabecadaha koritaanka ee noolaahku badbaadi kara ama noqon kara wasakheeye kaddib karinta si dardar lehna ugu kori kara xaaladaha aan heerkulka sidii loogu tala galay loogu isticmaalin.

Qaboojinta aan saxda ahayn waa mid kamid ah sababaha horkacaya cudurka cuntada laga qaado. In cuntada si dhakhso ah loo karkariyo waxay muhiim u tahay in bakteeriyada laga hortago in aysan ku korin cuntada inta ay kujirto aaggaa khatarta ah (41°F-135°F).

Cuntada waa in la qaboojiyaa laga soo bilaabo 135°F illaa 70°F labada saacadood ee ugu horaysa kadibna laga hoos mariyaa 41°F wadar ahaan lix saacadood laga bilaabo hanaanka qaboojinta.

Waa kuwaan qaababka ugu wanaagsan ee si dhakhso ah cuntada loogu qaboojiyo:

- Ku ridista cuntada bir-daawooyin godan
- U kala saaridda cuntada qaybo yaryar ama dhuudhuuban (sida: hilibka shiilan ee balaaran)
- Isticmaalka qalabka aadka wax u qaboojiya sida qalabka barafka
- Ku walaaqidda cuntada weel lagu ridey weel ay biyo baraf ah kujiraan oo miiska ama qasabaddaada diyaarinta cuntada yaala
- Ayada oo la isticmaalayo weelasha (sida mid bir ah halkii mid caag ah la isticmaali laaha) kaasoo fududaynaya gudbinta kulaylka
- Ku darista barafka si uu qayb kamid ah ugu noqdo (sida: digir la shiilay, maraq)

Cuntada la qaboojinayo waa in aan la daboolin ama daboolka dhinac laga saaraa lagana ilaaliyaa wasakhda kor ka imaanaysa. Qaybta kore ee qaboojiyaa weyn waxa ay noqon kartaa goob cuntada in lagu qaboojiyo ku wanaagsan. Xaqiji in aad weelasha meel dhigto ayada oo meel bananaani u dhexayso marfishka korkisa oo ha isdulsaarsaarin, taasoo kulaylka ku hayn karta gudaha.

Waa muhiim in la cabiro heerkulada cuntada aad qaboojinayso iyo wakhtiga ay qaadanayso si aad u ogaato in qaabkaaga wax qaboojintu shaqaynayo.

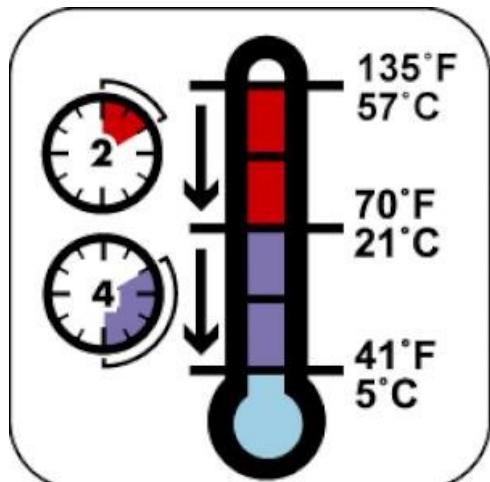
Ka taxaddar cuntooyinka ka samaysan waxyaabaha ah heerkulka caadiga ah, sida tunaha la gasacadeeyay, pico de gallo cusub, iyo saladka baradhada. Cuntooyinkan waxay u

baahan yihiin in la dhigo islamarkiiba qaboojiyaha weyn (lama dhigayo qaybta sare ee diyaarinta) kaddib marka la diyaariyo sidii si sax loogu qaboojin lahaa heerkul ka hooseeyaa 41°F 4 saacadood gudahood

Ku qaboojinta Qaybaha Cuntada ee Wareega

Qaybaha cuntada ee wareega waxaa laga yaabaa in aysan qaboojin cuntooyinka khatarta keenaya (PHF) in ay waafaqsan yihiin **mid** kamid ah xaaladaha soo soeda maahane:

- Cuntada waxaa lagu qaboojinayaa maqaaxi ku taalla saldhig milatari ama xabsi oo shati haysata;
- Qalab wax lagu qaboojiyo oo ganaci in la siiyay qaybta; ama
- Hanaan qaboojin oo qoraal ah loo diyaariiyay si hormaris ah kaasoo uu diyaariiyay qofka ku shaqaynaya ayna aqbashay wakaaladda maamulkul kahor inta aan cunto qaboojin laga samayn qaybta. Qofka u xilsaaran waa in uu ilaaliyaa diiwaanada qaboojinta unaan diiwaangaliyaa cabirada heerkulka si loo qoro in cuntada si sax ah loo qaboojiyay. Diiwaanada qaboojintu waa in lagu ilaaliyaa goobta ilaa 90 maalmood ayna diyaar ahaadaan si dib u eegis loogu sameeyo inta lagu jiro kormeeraada
- Qaybaha cuntooyinka guurguura ee shatiga la siiyay kahor Febraayo 1, 2020 waa in ay buuxiyaan shuruuddaan ugu danbay Luulyo 1, 2020.



Copyright © International Association for Food Protection

Diiwaanka qaboojinta

- Vakhiga qaboojintu wuxuu ka bilowdaa 135°F. Cuntada waxaa loo dayn karaa heerkulka caadiga oo laas oo heeso ugu soo dhaaqay oo uu gaarayo 135°F.
- Qabooji adiga oo ka bilabaya 135°F gaarsilinayana 70°F 2 saacadood gudahood, kaddibna ka bilaw 70°F ilaa 41°F 4 saacadood gudahood.
- Haddii heerkulku ka badan yahay 70°F 2 saacadood gudahood, **dib u kululee adiga oo gaarsilinaya 135°F soona bilow.**
- Dib u kululeynta waxaa kallijo la samayn kartaa **hal mar**.
- Marka la gaaro 70°F, qaboojii oo gaarsii 41°F 4 saacadood gudahood.
- Marka ay 41°F tahay, waxay diyaar u tahay in la dabooli, la calaamadeeyo, la taariikheeyo laguna kaxdiyo qaboojintu.
- Wadarta wakhiga qaboojintu kama badnaan karo 6 saacadood ama cuntada **waa in la daadiyya**.

Talooyin ah Dardargalinta Hanaanka Qaboojinta

- Vakhiga qaboojintu wuxuu ka biliowdaa i 135°F. Cuntada waxaa loo dayn karaa heerkulka caadiga ah liisa uu hoos ugu soo dhacayo oo uu gaaray 135°F.
Qabooji adiga oo ka bilaaqay 135°F gaarsiiinayana 70°F 2 saacadood gudahood, kaddibna ka bilaw 70°F ilaa 41°F 4 saacadood gudahood.
Haddii heerkulku ka badan yahay 70°F 2 saacadood gudahood, **dib u kululée adiga oo qaarsinayaa 135°F soona bilow.**
Dib u kululaynta waxaa kaliya la samayn karraa hal mar.
Marka la geero 70°F, qaboojii oo gaarsii 41°F 4 saacadood gudahood.
Marka ay 41°F tahay, waxay diyaar utahay in la dabooli, la caalaamadeeyo, la taariikheeyo laguna kaydiyo qaboojiyaha.
Wadarta wakhiga qaboojintu kama bedhaan karo 6 saacadood ama cuntada waa in la daadiyya.

Talooyin ah Dardargalinta Hanaanka Qaboojinta

- Isticnaal qaabka biyaha barafka aadiga oo weeka cuntada yanyar dhengalinaya weelka weyn kana buuxinaya bar biyo an iyo bar barata ah, si joogto ahna u walaada qaya. Isticnaal baadeelka barafka aadiga oo si joogto ah u walaada qaya. Ku dar barafka si uu uyu qaybo yugno waxaykuu baaqaa eed ku darayso. Gali weelka qaybta ugu qabow ee talaagadda adiga dabolka ka qaadaya ama wax yar dabolaya. U qaybi gabyaha waaweyn ee cuntada qaybo yaryar U kala fidii cuntada is haysata ee qarada weyn leh lakabyo yaryar waxaadha galisaa qaboojiyaha. Isticnaalidka weelbil bir ah ayaa la doorbidayaa, maadaama ay cuntada si dhakhsu ah u qaboojinayaan marka loo eego caatega.